

MENÚ ELABORADO POR EL DEPARTAMENTO DE NUTRICIÓN DE aramark

MES: Febrero 2021



COLEGIO: ROSA LUXEMBURGO

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo	Valoración
<p>1</p> <p>Judías verdes con patatas Albóndigas a la jardinera con arroz salteado Fruta y pan Green beans with potatoes Meatballs with vegetables with sautéed rice Fruit and bread (* 1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>2</p> <p>Alubias estofadas con verduras Tortilla de patatas con ensalada de lechuga, tomate y queso Fruta y pan Beans with vegetables Spanish omelette with lettuce, tomato & cheese salad Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta</p>	<p>3</p> <p>Paella mixta Rabas de calamar con puré de patatas Fruta y pan Yogur y pan Mixed paella Squid strips with mashed potatoes Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Verdura y Fruta</p>	<p>4</p> <p>Sopa de picadillo Pechuga de pollo al ajillo con ensalada verde (lechuga, pimiento verde y aceituna) Fruta y pan Soup with ham & egg bits Chicken breast in garlic sauce with green salad (lettuce, green peppers & olives) Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>5</p> <p>Macarrones gratinados San Jacobo con ensalada de lechuga y maíz Postre lácteo y pan Macaroni au gratin Cooked breaded ham & cheese escalope with lettuce and sweetcorn salad Dairy dessert and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Patatas y Fruta</p>	<p>6</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Legumes and Dairy 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>7</p> <p>1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Potatoes 2º Fish with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos</p>	<p>VE: 3383/809 GT: 28 GS: 5 HC: 105 AZ: 27 PROT: 35 SAL: 3</p>
<p>8</p> <p>Crema de verduras Estofado de pavo con patatas fritas Fruta y pan Vegetables cream Turkey stew with french fries Fruit and bread (* 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>9</p> <p>Lentejas compuestas Tortilla francesa con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Lentil stew with sausage French omelette with lettuce & tomatoes Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Lácteos</p>	<p>10</p> <p>Patatas a la riojana Filete de merluza a la romana con ensalada de lechuga y aceitunas Yogur y pan Riojana style potatoes Battered & fried hake with green salad with olives Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta</p>	<p>11</p> <p>Sopa de cocido Cocido completo Fruta y pan Chicken and vegetable soup Full course "cocido" stew Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>12</p> <p>Coditos a la carbonara Chuleta de Sajonia con ensalada de lechuga y queso Postre lácteo y pan Elbow macaroni in carbonara sauce Kassler with lettuce & cheese Dairy dessert and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Legumbres y Fruta</p>	<p>13</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Dairy 1º Arroz 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>14</p> <p>1º Verdura 2º Pescado con Pasta y Fruta 1º Vegetable 2º Fish with Pasta and Fruit 1º Legumbres 2º Carne con Verdura y Lácteos</p>	<p>VE: 3228/772 GT: 28 GS: 6 HC: 95 AZ: 24 PROT: 38 SAL: 2</p>
<p>15</p> <p>Paella marinera Tortilla francesa con ensalada de lechuga y zanahoria Fruta y pan Seafaring paella French omelette with lettuce & carrot Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta</p>	<p>16</p> <p>Crema de zanahoria Lomo al horno con patatas a lo pobre Fruta y pan Carrot soup Baked loin with fried potato with onion Fruit and bread (* 1º Pasta 2º Pescado con Verdura y Lácteos</p>	<p>17</p> <p>Lentejas estofadas con arroz Rabas de calamar con ensalada de lechuga, pimiento y aceitunas negras Yogur y pan Lentil soup with rice Squid strips with green salad with pepper and olives Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Pasta y Fruta</p>	<p>18</p> <p>Espirales con tomate Pollo asado con ensalada de lechuga y aceitunas Fruta y pan Spirals with tomato sauce Grilled chicken with green salad with olives Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>19</p> <p>1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Lácteos 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Dairy (* 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta (* 1º Vegetable 2º Cold cuts with Potatoes and Fruit</p>	<p>20</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Legumbres y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Legumes and Dairy 1º Legumbres 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>21</p> <p>1º Patatas 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Potatoes 2º Fish with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Huevos con Arroz y Lácteos</p>	<p>VE: 3077/736 GT: 19 GS: 4 HC: 104 AZ: 22 PROT: 34 SAL: 2</p>
<p>22</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Dairy (* 1º Legumbres 2º Pescado con Verdura y Fruta (* 1º Legumes 2º Fish with Vegetable and Fruit</p>	<p>23</p> <p>Arroz con salsa de tomate Escalope de cerdo con ensalada de lechuga y tomate Fruta y pan Rice with tomato sauce Pork escalope (breaded steak) with lettuce & tomatoes Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Lácteos</p>	<p>24</p> <p>Guisantes salteados Tortilla de patatas con york con ensalada de lechuga y maíz Yogur y pan Sautéed peas Potato omelette with cooked ham with lettuce and sweetcorn salad Yoghurt and bread (* 1º Verdura 2º Pescado con Patatas y Fruta</p>	<p>25</p> <p>Coditos a la napolitana Jamoncitos de pollo al chilindrón con ensalada de lechuga y zanahoria rallada Fruta y pan Elbow macaroni with tomato sauce Chicken drumsticks in "chilindron" gravy with lettuce and carrot salad Fruit and bread (* 1º Verdura 2º Huevos con Legumbres y Lácteos</p>	<p>26</p> <p>Patatas estofadas Bacalao a la romana con ensalada de lechuga, tomate y queso Postre lácteo y pan Stewed potatoes Battered & fried codfish with lettuce, tomato & cheese salad Dairy dessert and bread (* 1º Verdura 2º Carne con Arroz y Fruta</p>	<p>27</p> <p>1º Verdura 2º Carne con Pasta y Lácteos 1º Vegetable 2º Cold cuts with Pasta and Dairy 1º Pasta 2º Huevos con Verdura y Fruta</p>	<p>28</p> <p>1º Arroz 2º Pescado con Verdura y Fruta 1º Rice 2º Fish with Vegetable and Fruit 1º Verdura 2º Carne con Patatas y Fruta</p>	<p>VE: 3470/830 GT: 29 GS: 5 HC: 107 AZ: 25 PROT: 42 SAL: 2</p>
							<p>VE: 0/0 GT: 0 GS: 0 HC: 0 AZ: 0 PROT: 0 SAL: 0</p>

(*) Recomendación cena (**) Recomendación comida // A partir de 18 meses